

# ACTIVIDAD FÍSICA

## UNIDAD DEPORTIVA SIDERENSE

Miércoles:

7:30 a.m. Hidroaeróbicos (Mingo)

8:00 a.m. Acondicionamiento A. Mayor

7:00 p.m. Hidroaeróbicos (Fercho)

Viernes:

7:00 a.m. Aero Step (Mingo)

8:00 a.m. Adulto Mayor (Fercho)

9:30 a.m. Hidroaeróbicos (Fercho)

Sábados 9:00 a.m. Hidroaeróbicos (Fercho)

Domingos 9:00 a.m. Clase Mixta (Mingo)